

## HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN KEBIASAAN DAN KEMAMPUAN MEMBACA LABEL INFORMASI GIZI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNRAM

*(The Association Between Nutritional Knowledge with Habits and Ability to Read Nutritional Information Labels In Students of Medicine Faculty of Mataram University)*

**Yaumu Syifa Al Uzhma\*<sup>1</sup>, Rifana Cholidah<sup>2</sup>, Lina Nurbaiti<sup>3</sup>**

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Korespondensi :** yaumu.syfa@gmail.com

### ABSTRACT

*Nutritional information label is any information regarding food in the form of pictures, writing, a combination of both, or other forms attached to food, affixed to the part of food packaging, hereinafter in a Government Regulation, this is referred to as "label". Not paying attention to food labels can have various consequences; one of them is poisoning due to expired food. This study aims to determine the relationship between exposure to nutritional knowledge with the ability and habit of reading labels on food packaging. This study was a cross-sectional study conducted at the Faculty of Medicine, University of Mataram. Subjects who meet the inclusion criteria, namely 1) are medical students of the Medical Faculty of Mataram University, batch 2018 and 2019, 2) are students who have passed block 5, 3) are willing to fill out the informed consent form. The data were collected by filling out an online questionnaire. The total number of research respondents was 140 people, 74 respondents (52,9%) had good knowledge of nutrition, 115 respondents (82,1%) had good label reading skills, 102 respondents (72,9%) had a poor habit of reading labels, 102 respondents (72,9%) have been exposed to information about labels, and the parents' income of 88 respondents in the high category (62,9%). The bivariate results showed no relationship between predisposing factors, enabling factors, and reinforcing factors with the habit of reading food labels among respondents. There is no association between nutritional knowledge, label reading ability, parental income, and exposure to information about food labels with the habit of reading food labels among medical students of the medical faculty of Mataram University.*

**Keywords:** *Nutritional Knowledge, Label, Abilities, Habits, Income, Nutritional Information*

### ABSTRAK

Label informasi gizi adalah setiap keterangan mengenai pangan yang berbentuk gambar, tulisan, kombinasi keduanya, atau bentuk lain yang disertakan pada pangan, ditempelkan pada bagian kemasan pangan, yang selanjutnya disebut sebagai "label". Tidak memperhatikan label pangan dapat menimbulkan berbagai macam akibat, salah satunya keracunan akibat makanan yang kedaluwarsa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan paparan pengetahuan gizi dengan kemampuan dan kebiasaan membaca label pada kemasan pangan. Penelitian ini merupakan studi potong lintang yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Mataram. Subjek yang memenuhi kriteria inklusi yaitu 1) merupakan mahasiswa pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Mataram angkatan 2018 dan 2019, 2) merupakan mahasiswa yang sudah melewati blok 5, 3) bersedia mengisi lembar *informed consent*. Data diambil dengan cara mengisi kuisioner secara *online*. Total responden penelitian berjumlah 140 orang, 74 responden (52,9%) memiliki pengetahuan gizi baik, 115 responden (82,1%) memiliki kemampuan membaca label yang baik, 102 responden (72,9%) memiliki kebiasaan membaca label yang kurang baik, 102 responden (72,9%) pernah terpapar informasi mengenai label, dan pendapatan orang tua 88 orang responden dalam kategori tinggi (62,9%). Hasil bivariat menunjukkan tidak ditemukan adanya hubungan antara faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor penguat dengan kebiasaan membaca label pangan pada responden. Tidak ditemukan adanya hubungan dari pengetahuan gizi, kemampuan membaca label, pendapatan orang tua, dan keterpaparan informasi mengenai label pangan dengan kebiasaan membaca label pangan pada mahasiswa pendidikan dokter fakultas kedokteran universitas Mataram.

**Kata Kunci :** Pengetahuan Gizi, Label, Kemampuan, Kebiasaan, Pendapatan, Informasi Gizi

## PENDAHULUAN

Indikator kemajuan suatu bangsa, salah satunya diukur berdasarkan indikator kependudukan. Terdapat hubungan yang erat antara kemajuan suatu bangsa dengan laju pertumbuhan penduduk, termasuk derajat kesehatan. Indikator pembangunan sumber daya manusia, didalamnya juga menyebutkan bahwa kesejahteraan masyarakat ditunjukkan dari berbagai indikator, salah satunya meningkatnya derajat kesehatan dan status gizi masyarakat (Bappenas, 2005). Indikator pembangunan kesehatan mengarahkan masyarakat untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar peningkatan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya dapat terwujud seperti tercantum dalam tujuan pembangunan kesehatan menuju Indonesia sehat 2025 (Bappenas, 2005; Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2009).

Label informasi gizi adalah setiap keterangan mengenai pangan yang berbentuk gambar, tulisan, kombinasi keduanya, atau bentuk lain yang disertakan pada pangan, ditempelkan pada bagian kemasan pangan, yang selanjutnya dalam Peraturan Pemerintah, ini disebut sebagai "label" (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2019). Berbagai macam produk pangan dengan berbagai kemasan sudah banyak beredar di pasaran. Setiap produk menawarkan dan mempunyai banyak keunggulan, baik dari segi *merk*, komposisi bahan, dan dari segi kandungan gizi. Meningkatnya produk pangan di pasaran dapat mempermudah konsumen untuk memilih produk, namun banyaknya produk yang beredar juga didampingi kompleksnya informasi yang diterima konsumen; seperti halnya kompleksnya informasi dalam label informasi gizi pada tiap kemasan produk pangan. Informasi tentang gizi yang tertera pada label kemasan berisi nilai kandungan gizinya; seperti karbohidrat total, lemak total, energi, natrium, serta gula dari produk makanan tersebut. Informasi ini merupakan hal yang penting untuk memastikan nilai gizi yang diperoleh para konsumen sesuai dengan yang dibutuhkan (Tri Rahayu, 2016).

Penelitian Wahab pada tahun 2018 menyebutkan bahwa dari 430 konsumen (60% wanita) di Bahrain menunjukkan kurangnya kesadaran membaca label kemasan. Sebanyak 65% dari 430 konsumen membeli produk siap

saji dan hanya 42% dari 65% konsumen tersebut yang membaca label kemasan. Penelitian Assifa tahun 2012 menyebutkan bahwa, berdasarkan hasil kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN) tahun 2007, label produk kemasan pangan kurang mendapat perhatian dari konsumen, hanya 6,7% konsumen yang memerhatikan kelengkapan label pada produk kemasan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Palupi, Naomi and Susilo (2017) yang menyatakan bahwa kepatuhan membaca label kemasan oleh anggota Persadia RS Kota Yogyakarta masih rendah, yaitu sekitar 45,5% dan juga selaras pada penelitian lain dengan responden mahasiswa. Sejumlah 60,9% responden yang tidak membaca label kemasan memiliki alasan lupa, malas, dan sulit dimengerti (Palupi, Naomi and Susilo, 2017). Penelitian mengenai kebiasaan konsumen membaca label informasi gizi masih jarang. Tidak memperhatikan label pangan dapat menimbulkan berbagai macam akibat; salah satunya keracunan akibat makanan yang kedaluwarsa. Dampak lain yang dapat terjadi selain keracunan akibat makanan kedaluwarsa, banyak program diet yang berkaitan dengan masalah kesehatan di masyarakat seperti gizi kurang/buruk, obesitas dengan darah tinggi, kanker, diabetes, osteoporosis, dan penyakit kardiovaskular. WHO tahun 2003 juga menyebutkan bahwa faktor diet juga menjadi penyebab kanker sebesar 30% di negara maju (Wahab, 2018).

Menurut Wahab (2018), beberapa penelitian mengatakan bahwa pengetahuan gizi berperan penting dalam kesadaran membaca label kemasan oleh konsumen. Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin tinggi pula kesadaran untuk membaca label kemasan. Sebagian besar masyarakat berpikir bahwa hal terpenting saat melihat label kemasan adalah tanggal produksi, tanggal kedaluwarsa, dan konten utama dalam produk. Membaca label gizi dan komposisi juga memiliki peran penting seperti jumlah ideal konsumsi, kadar nutrisi, juga jenis komposisi yang akan berhubungan dengan peringatan kesehatan seperti alergi.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan pendekatan kuantitatif. Pengumpulan data variabel bebas dan variabel terikat dilakukan secara bersamaan, kemudian akan dianalisis dengan

menggunakan 2 uji hipotesis yaitu uji koefisien kontingensi dan *spearman rank*. Analisis penelitian ini menggunakan hasil data interpretasi  $\alpha$  5%. Lokasi penelitian yakni di Fakultas Kedokteran Universitas Mataram dan dilaksanakan pada bulan Agustus-November 2020. Subyek penelitian ini adalah mahasiswa pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Mataram angkatan 2018 dan 2019 yang berjumlah 140 mahasiswa dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Mataram angkatan 2018 dan 2019 yang bersedia mengikuti penelitian dan sudah melewati blok 5. Sedangkan kriteria eksklusi penelitian ini adalah mahasiswa yang tidak lengkap mengisi lembar *informed consent* dan menyatakan mengundurkan diri di tengah proses pengambilan sampel. Pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*, yaitu pengambilan sampel dimana setiap individu dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk dijadikan sampel dan dilakukan dengan metode undian (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Masturoh and Anggita, 2018).

Pengumpulan data dilakukan dengan cara pengisian kuesioner secara *online* yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya dan dibagikan dalam bentuk *share link google form*. Data kemudian diolah dan dianalisis menggunakan program pengolahan data, yaitu Statistical Product and Service Solution (SPSS).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1.1 Analisis Univariat

#### a. Gambaran Karakteristik Responden

Hasil analisis karakteristik berdasarkan jenis kelamin diketahui sebagian besar 71,4% (100 orang) responden berjenis kelamin perempuan dan 28,6% (40 orang) responden berjenis kelamin laki-laki dengan total keseluruhan responden sejumlah 140 responden. Karakteristik responden berdasarkan usia diketahui sebagian besar 40,7% (57 orang) berumur 20 tahun dan 1,4% (2 orang) berumur 23 tahun.

**Tabel 1.** Distribusi Karakteristik Responden

JENIS KELAMIN	n	%
Perempuan	100	71,4
Laki-laki	40	28,6
USIA	n	%
18	9	6,4
19	52	37,1
20	57	40,7
21	18	12,9
22	2	1,4
23	2	1,4

#### b. Gambaran Pengetahuan Gizi pada Responden

Sebagian besar mahasiswa pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Mataram memiliki pengetahuan gizi dalam kategori baik yaitu 74 orang mahasiswa (52,9%) dan kurang baik yaitu 66 orang (47,1%).

**Tabel 2.** Distribusi Tingkat Pengetahuan Gizi Responden

TINGKAT PENGETAHUAN GIZI	n	%
Kurang Baik	66	47,1
Baik	74	52,9
Total	140	100

#### c. Gambaran Pendapatan Orang Tua pada Responden

Sebagian besar orang tua mahasiswa pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Mataram memiliki pendapatan yang termasuk dalam kategori tinggi yakni 88 orang (62,9%) mengaku orang tua mereka berpendapatan diatas 4.000.000 rupiah dan 52 orang (37,1%) mengaku pendapatan orang tua berada pada kategori rendah yakni berpendapatan dibawah 4.000.000 rupiah. Kelas median didapatkan berdasarkan lima kategori rata-rata pendapatan yakni <1.000.000, 1.000.001-4.000.000, 4.000.001-

7.000.000, 7.000.001-10.000.000, dan >10.000.000.

**Tabel 3.** Distribusi Pendapatan Orang Tua Responden

PENDAPATAN ORANG TUA	n	%	KELAS MEDIAN
Rendah	52	37,1	4.000.001-
Tinggi	88	62,9	7.000.000
Total	140	100	

**d. Gambaran Kemampuan Membaca Label Pangan pada Responden**

Sebagian besar responden, yakni 115 orang mahasiswa (82,1%) memiliki kemampuan membaca label dalam kategori baik dan 25 orang mahasiswa sisanya (17,9%) memiliki pengetahuan gizi dalam kategori kurang baik.

**Tabel 4.** Distribusi Kemampuan Membaca Label Responden

KEMAMPUAN MEMBACA LABEL	n	%
Kurang Baik	25	17,9
Baik	115	82,1
Total	140	100

**e. Gambaran Kebiasaan Membaca Label Pangan pada Responden**

Pada penelitian ini ditemukan hasil bahwa 102 responden mahasiswa (72,9%) memiliki kebiasaan membaca kurang baik dan hanya 38 responden mahasiswa (27,1%) memiliki kebiasaan membaca label baik.

**Tabel 5.** Distribusi Kebiasaan Membaca Label Responden

KEBIASAAN MEMBACA LABEL	n	%
Kurang Baik	102	72,9
Baik	38	27,1
Total	140	100

Informasi yang paling sering diperhatikan oleh responden saat membaca label pangan adalah tanggal kedaluwarsa, yakni sebanyak 132 dari 140 responden (94,3%) membaca tanggal kedaluwarsa sebuah produk dan yang paling sedikit dibaca oleh responden adalah alamat pabrik yang hanya dibaca oleh 13 dari 140 responden (9,3%).

**Tabel 6.** Distribusi Frekuensi Informasi yang Dibaca pada Label Pangan

Informasi yang dibaca	Jumlah	
	n	%
Label Halal	104	74,3
Merek/Brand	93	66,4
Tanggal	132	94,3
Kedaluwarsa		
Komposisi	67	47,9
Bahan		
Informasi Gizi	73	52,1
Nomor Izin	14	10
Edar		
Alamat Pabrik	13	9,3
Berat Bersih	60	42,7

Distribusi frekuensi zat gizi yang dibaca dalam label informasi nilai gizi terbagi menjadi tiga kategori, yakni selalu, kadang-kadang, dan tidak pernah. Zat gizi paling banyak selalu dibaca yaitu kalori/energi sebanyak 31 responden (22,1%) dan paling sedikit selalu dibaca yaitu natrium/sodium yang dibaca oleh 9 responden (6,4%).

**Tabel 7.** Distribusi Frekuensi Informasi Gizi yang Dibaca dalam Label Informasi Nilai Gizi

Informasi nilai gizi yang dibaca	Frekuensi					
	Selalu		Kadang - kadang		Tidak pernah	
	n	%	n	%	n	%
Takaran Saji/Jumlah Sajian	16	11,4	92	65,7	32	22,9
Kalori/Energi	31	22,1	87	62,1	22	15,7
Natrium/Sodium	9	6,4	84	60	47	33,6
Vitamin/Mineral	11	7,9	93	66,4	36	25,7
Lemak	28	20	69	49,3	43	30,7
Protein	18	12,9	88	62,9	34	24,3
Karbohidrat	23	16,4	85	60,7	32	22,9

**f. Gambaran Keterpaparan Informasi tentang Label Pangan pada Responden**

Sebagian besar responden, yakni 102 responden mahasiswa (72,9%) mengaku pernah terpapar informasi mengenai label dan 38 responden mahasiswa sisanya (27,1%)

mengaku tidak pernah terpapar informasi mengenai label.

**Tabel 8.** Distribusi Keterpaparan Informasi tentang Label Responden

KETERPAPARAN INFORMASI TENTANG LABEL	n	%
Tidak Pernah	38	27,1
Pernah	102	72,9
Total	140	100

Media yang paling sering menjadi sumber informasi tentang label pada responden adalah televisi, yakni sebanyak 69 dari 140 responden (49,3%) mendapatkan informasi melalui televisi, 44 dari 140 responden (31,4%) mendapatkan informasi melalui teman, 40 dari 140 responden (28,6%) mendapatkan informasi melalui guru, 34 dari 140 responden (24,3%) mendapatkan informasi melalui orang tua, 23 dari 140 responden (16,4%) mendapatkan informasi melalui majalah, 20 dari 140 responden (14,3%) mendapatkan informasi melalui media lain (*youtube*, internet, dan *social media*), 11 dari 140 responden (7,9%) mendapatkan informasi melalui radio, dan 37 dari 140 responden (26,4%) tidak pernah mendapat informasi mengenai label.

**Tabel 9.** Distribusi Sumber Informasi tentang Label Pangan

Sumber informasi	Jumlah	
	n	%
Radio	11	7,9
Televisi	69	49,3
Orang tua	34	24,3
Guru	40	28,6
Majalah	23	16,4
Teman	44	31,4
Lainnya	20	14,3
Tidak pernah	37	26,7

## 1.2 Analisis Bivariat

### 1. Hubungan faktor predisposisi / *predisposing* dengan kebiasaan membaca label pangan

#### a. Hubungan pengetahuan gizi dengan kebiasaan membaca label pangan

**Tabel 10.** Analisis Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Membaca Label Pangan

PENG ETAH UAN GIZI	KEBIASAAN MEMBACA LABEL PANGAN				Total	<i>p-value</i>	
	Kurang		Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	52	37,1	14	10	66	47,1	0,138
Baik	50	35,7	24	17,1	74	52,9	
Total	102	72,8	38	27,1	140	100	

Berdasarkan hasil uji statistik *Spearman Rank* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0.138 (*p-value* > 0,05). Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan mengenai gizi dengan kebiasaan membaca label pangan.

#### b. Hubungan kemampuan membaca label pangan dengan kebiasaan membaca label pangan

**Tabel 11.** Analisis Hubungan Kemampuan Membaca Label Pangan dan Kebiasaan Membaca Label Pangan

KEMA MPUA N MEMB ACA LABEL PANG AN	KEBIASAAN MEMBACA LABEL PANGAN				Total	<i>p-value</i>	
	Kurang		Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	18	12,8	7	5	25	17,8	0,916
Baik	84	60	31	22,1	115	82,1	
Total	102	72,8	34	27,1	140	100	

Berdasarkan hasil uji statistik *Spearman Rank* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0.916 (*p-value* > 0,05). Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kemampuan membaca label pangan dengan kebiasaan membaca label pangan.

**2. Hubungan faktor pemungkin/enabling dengan kebiasaan membaca label pangan**  
**a. Hubungan pendapatan orang tua dengan kebiasaan membaca label pangan**

**Tabel 12.** Analisis Hubungan Pendapatan Orang

PENDAPATAN ORANG TUA	KEBIASAAN MEMBACA LABEL PANGAN				Total		<i>p-value</i>
	Kurang Baik		Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Rendah	39	27,9	13	9,0	52	37,1	0,664
Tinggi	63	45,1	25	18,0	88	62,9	
<b>Total</b>	102	73,0	38	27,0	140	100	

Tua dan Kebiasaan Membaca Label Pangan

Berdasarkan hasil uji statistik *Spearman Rank* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,664 (*p-value* > 0,05) dan hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendapatan orang tua dengan kebiasaan membaca label pangan.

**3. Hubungan faktor penguat/reinforcing dengan kebiasaan membaca label pangan**  
**a. Hubungan keterpaparan informasi tentang label dengan kebiasaan membaca label pangan**

**Tabel 13.** Analisis Hubungan Keterpaparan Informasi tentang Label Pangan

KETERPAPARAN INFORMASI TENTANG LABEL	KEBIASAAN MEMBACA LABEL PANGAN				Total		<i>p-value</i>
	Kurang Baik		Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Tidak Pernah	32	22,9	6	4,2	38	27,1	0,065
Pernah	70	50,0	32	22,9	102	72,9	
<b>Total</b>	102	72,9	38	27,1	140	100	

Berdasarkan hasil uji statistik koefisien kontingensi diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,065 (*p-value* > 0,05). Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara keterpaparan informasi

tentang label pangan dengan kebiasaan membaca label pangan.

**PEMBAHASAN**

**1. Pembahasan Hasil Univariat**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 140 mahasiswa pendidikan dokter universitas Mataram yang menjadi responden dalam penelitian ini terdapat sebanyak 102 responden (72,9%) memiliki kebiasaan membaca label yang kurang baik. Jika dilihat dari hasil penelitian ini, dapat dilihat bahwa kebiasaan membaca label pangan pada penelitian yang dilakukan di fakultas kedokteran universitas mataram masih terbilang kurang baik jika dibandingkan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan di daerah DKI Jakarta yang menyatakan bahwa kepatuhan membaca label pangan di negara berkembang sudah bisa dikatakan cukup karena bisa dilihat kesadaran untuk membaca label pangan sudah meningkat jika dibandingkan dengan hasil penelitian sebelumnya di Jakarta (Assifa, 2012).

Pada sebuah penelitian di New Jersey, Amerika Serikat terhadap 291 responden dengan kebiasaan membaca label pangan dari responden yaitu sebanyak 210 responden (72%) selalu atau sering membaca label pangan (Govindasamy and Italia, 1999). Hasil dari penelitian di Indonesia jika dibandingkan dengan penelitian di New Jersey, negara maju memiliki tingkat kepatuhan atau kebiasaan membaca label pangan yang lebih tinggi yakni mencapai 20 kali lebih patuh daripada Negara berkembang.

Mayoritas responden pada penelitian ini adalah perempuan (71,4%), namun kebiasaan membaca label pangan pada penelitian ini menunjukkan hasil yang kurang baik. Hasil ini bertolak belakang dengan beberapa penelitian sebelumnya, menyatakan bahwa jenis kelamin memengaruhi kebiasaan dalam membaca label, yakni perempuan lebih sering membaca label pangan dibandingkan laki-laki (Govindasamy and Italia, 1999; Nayga, 1999; Drichoutis *et al.*, 2008). Hal ini mungkin dipengaruhi oleh usia dari responden, kisaran usia responden pada penelitian ini didominasi usia 19 tahun dan 20 tahun dimana responden baru memasuki usia dewasa muda.

Jika dilihat dari masing-masing komponen label pangan yang dinilai secara terpisah, sebanyak 31 responden (22,1%) menyatakan bahwa kalori/energi total merupakan informasi yang selalu dibaca dalam label pangan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada 500 responden pada bulan Juli sampai Agustus 2011 di Istanbul Turki yang menyatakan bahwa energi total merupakan informasi yang menjadi kepedulian konsumen saat membaca label pangan (Borra, 2006; Aygen, 2012). Hasil berbeda didapatkan pada penelitian di Jakarta yang mendapatkan hasil bahwa lemak total merupakan informasi yang selalu dibaca dalam label pangan (Assifa, 2012). Walaupun demikian pada penelitian ini, energi total dan lemak total mempunyai persentase yang hampir sama sehingga kedua informasi ini menjadi dua hal yang selalu dibaca pada label informasi nilai gizi oleh konsumen.

Selain itu dari hasil penelitian, tanggal kedaluwarsa juga sering dibaca, yakni 132 responden mengaku membaca tanggal kedaluwarsa pada label pangan. Seperti pernyataan peneliti lain, hasil ini menunjukkan bahwa mungkin tidak perlu pemahaman dan pengetahuan yang lebih untuk membaca label kedaluwarsa dibandingkan dengan label informasi nilai gizi dan label daftar komposisi bahan karena memang pada penulisan label kedaluwarsa hanya berupa tulisan angka batas konsumsi dibandingkan dengan label informasi nilai gizi dan label daftar komposisi yang berisikan tulisan-tulisan yang banyak dan kompleks yang mungkin sulit dimengerti oleh konsumen sehingga konsumen malas dan enggan untuk membaca label tersebut (Assifa, 2012).

## **2. Pembahasan Hasil Bivariat**

### **A. Hubungan faktor predisposisi / *predisposing* dengan kebiasaan membaca label pangan**

#### **a. Hubungan pengetahuan gizi dengan kebiasaan membaca label pangan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi yang baik tidak menentukan seorang individu memiliki kebiasaan membaca label yang baik pula. Hasil ini sejalan dengan penelitian di Athena Desember 2005–April 2006 terhadap 356 responden menjelaskan bahwa pengetahuan gizi tidak mempengaruhi penggunaan konsumen menggunakan label pangan saat berbelanja.

Hasil ini menyatakan bahwa pengetahuan mengenai gizi tidak akan selalu mendorong konsumen untuk membaca label pangan (Drichoutis *et al.*, 2008). Penelitian yang dilakukan oleh Nayga pada tahun 2000 juga tidak menemukan bukti yang mendukung hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan label pangan dengan kepatuhan membaca label pangan (Nayga, 2000). Penelitian yang pernah dilakukan di Indonesia terhadap 215 mahasiswa FKM UI juga tidak menemukan hasil yang signifikan atau bermakna antara tingkat pengetahuan gizi dan label pangan dengan kepatuhan membaca label pangan (Zahara and Triyanti, 2009). Sebaliknya, hasil berbeda ditemukan pada penelitian Assifa (2012) dan Drichoutis, Lazaridis and Nayga Jr (2006) yang memiliki hasil yakni terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi seseorang terhadap penggunaan zat gizi khusus.

Darkwa (2014) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan pengetahuan tidak berhubungan dengan kepatuhan yaitu karena terdapat faktor lain selain pengetahuan, antara lain : tidak ada waktu untuk membaca, mengabaikan label pangan, tidak memahami persentase informasi pada label, tidak memiliki motivasi untuk membacanya, label pangan yang kurang menarik, dan tidak butuh membaca label pangan. Alasan lain juga disampaikan oleh Samson (2012) dalam Maulida (2019) berdasarkan hasil penelitian yaitu lebih dari setengah konsumen tidak memperhatikan label karena produk tersebut tidak asing bagi mereka. Beberapa alasan ini dapat menjadi faktor pengetahuan tidak berhubungan dengan tingkat kepatuhan membaca label pangan.

### **b. Hubungan kemampuan membaca label pangan dengan kebiasaan membaca label pangan**

Hasil analisis menunjukkan bahwa kemampuan membaca label pangan yang baik tidak menjamin individu tersebut memiliki kebiasaan membaca label pangan yang baik pula. Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kemampuan membaca label pangan dengan kebiasaan membaca label pangan. Hasil univariat kemampuan membaca label ini sejalan dengan penelitian Rahayu (2016) dimana responden yang mempunyai

kemampuan baik dalam membaca label lebih tinggi (69,7%) dibandingkan yang kurang (30,3%). Kemampuan membaca label gizi menunjukkan kemampuan responden dalam membaca informasi nilai gizi yang tertera pada informasi nilai gizi. Jika kemampuan responden dalam membaca label informasi gizi baik, diharapkan akan mempermudah responden dalam memahami informasi yang tertera dalam makanan kemasan.

## **B. Hubungan faktor pemungkin/enabling dengan kebiasaan membaca label pangan**

### **a. Hubungan pendapatan orang tua dengan kebiasaan membaca label pangan**

Berdasarkan hasil analisis, pendapatan orang tua yang tinggi tidak menjamin individu tersebut memiliki kebiasaan membaca label pangan yang baik pula. Hasil serupa terdapat pada beberapa penelitian yang tidak menemukan adanya hubungan pendapatan dengan kepatuhan membaca label pangan, seperti penelitian Govindasamy and Italia (1999) pada 291 responden di New Jersey dimana tidak menemukan hasil antara hubungan pendapatan dengan kepatuhan membaca label pangan. Penelitian Prathiraja and Ariyawardana (2003) pada 90 responden di Srilanka juga tidak menemukan hubungan yang signifikan antara pendapatan dengan kepatuhan membaca label pangan. Hal serupa juga terjadi pada penelitian longitudinal tahun 1984-2003 terhadap 30414 responden tidak menemukan hubungan signifikan antara pendapatan dengan membaca label pangan (Jauregui and Ward, 2006). Hal ini sesuai dengan pendapat Caswell dan Padberg (1999) dalam Prathiraja and Ariyawardana (2003) bahwa pendapatan tidak selalu berhubungan dengan kebiasaan konsumen dalam membaca label pangan dan pendapatan tidak dapat mempengaruhi konsumen dalam mencari informasi berhubungan dengan label pangan.

## **C. Hubungan faktor penguat/reinforcing dengan kebiasaan membaca label pangan**

### **a. Hubungan keterpaparan informasi tentang label dengan kebiasaan membaca label pangan**

Hasil analisis data menunjukkan bahwa individu yang pernah terpapar informasi

tentang label pangan tidak menjamin individu tersebut memiliki kebiasaan membaca label pangan yang baik pula. Sebagian besar responden mengaku mendapat informasi mengenai label pangan melalui televisi. Menurut Freisling, Haas and Elmadfa (2010), penyampaian informasi melalui televisi dan radio kurang mengutamakan pentingnya label pangan suatu produk dan lebih menekankan pada marketing produk tersebut sehingga terjadi pemahaman yang kurang oleh konsumen mengenai apa saja yang terkandung pada produk tersebut. Lebih lanjut, Freisling, Haas and Elmadfa (2010) mengatakan jika penyampaian informasi label pangan lebih mudah dipahami oleh responden dengan tambahan informasi lebih lanjut mengenai label pangan tersebut. Lain halnya dengan penyampaian informasi melalui internet (termasuk *social media*), dimana Freisling, Haas and Elmadfa (2010) mengatakan terdapat hasil yang bervariasi mengenai konten yang diberikan, 40% memiliki konten informasi label pangan yang lengkap dan tepat, 38% memiliki konten informasi label pangan yang cukup, dan 22% sisanya memiliki konten informasi label pangan yang kurang.

Hasil dari penelitian ini berbanding terbalik dengan beberapa penelitian sebelumnya seperti penelitian Assifa (2012), Zahara and Triyanti (2009), F Gül Aygen (2012), dan Drichoutis, Lazaridis and Nayga Jr (2006) yang menyatakan responden yang terpapar informasi label pangan maupun informasi gizi memiliki kesadaran lebih untuk memperhatikan kesehatannya dan mendapatkan pengetahuan tambahan mengenai label pangan tersebut.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ditemukan adanya hubungan dari pengetahuan gizi, kemampuan membaca label, pendapatan orang tua, dan keterpaparan informasi mengenai label pangan dengan kebiasaan membaca label pangan pada mahasiswa pendidikan dokter fakultas kedokteran universitas Mataram.

### **Saran**

1. Perlu menggunakan lebih banyak lagi variabel independen yang berhubungan dengan perilaku membaca label pangan.



2. Perlu menambahkan penelitian mengenai dampak dari tidak patuh membaca label pangan terhadap perkembangan penyakit yang berhubungan dengan gizi berlebih atau kurang.
3. Perlu mempersingkat kuisioner untuk mengurangi bias dalam pengambilan data.
4. Perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan target masyarakat umum.
5. Perlu menggunakan acuan pendapatan secara umum untuk variabel pendapatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Assifa, R. R. (2012) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Membaca Label Pangan pada Siswa SMA Negeri 68 Jakarta Tahun 2012', *Skripsi*, p. 129. Available at: [http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20313352-S\\_Rezi\\_Rafiki\\_Assifa.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20313352-S_Rezi_Rafiki_Assifa.pdf).
- Aygen, F. G. (2012) 'Determinants of Nutrition Label Use among Turkish Consumers', *International Journal of Humanities and Social Science*, 2(7), pp. 53–70.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia (2019) 'PERATURAN BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN NOMOR 22 TAHUN 2019 TENTANG INFORMASI NILAI GIZI PADA LABEL PANGAN OLAHAN', *Badan Pengawas Obat dan Makanan*, 53, pp. 1689–1699. doi: 10.1017/CBO9781107415324.004.
- Bappenas (2005) 'Visi dan Arah Pembangunan Jangka Panjang (PJP) tahun 2005-2025', *Badan Perencanaan Pembangunan Nasional*, p. 142. Available at: [https://www.bappenas.go.id/files/1814/2057/0437/RPJP\\_2005-2025.pdf](https://www.bappenas.go.id/files/1814/2057/0437/RPJP_2005-2025.pdf).
- Borra, S. (2006) 'Consumer perspectives on food labels', *American Journal of Clinical Nutrition*, 83(5), p. 2006. doi: 10.1093/ajcn/83.5.1235s.
- Darkwa, S. (2014) 'Knowledge of nutrition facts on food labels and their impact on food choices on consumers in Koforidua, Ghana: A case study', *South African Journal of Clinical Nutrition*, 27(1), pp. 13–17. doi: 10.1080/16070658.2014.11734479.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2009) *Rencana Pembangunan Jangka Panjang Bidang Kesehatan 2005-2025*, Departemen Kesehatan Republik Indonesia. doi: 10.1073/pnas.0703993104.
- Drichoutis, A. C. *et al.* (2008) 'A theoretical and empirical investigation of nutritional label use', *European Journal of Health Economics*, 9(3), pp. 293–304. doi: 10.1007/s10198-007-0077-y.
- Drichoutis, A., Lazaridis, P. and Nayga Jr, R. (2006) 'Consumers' use of nutritional labels: a review of research studies and issues', *Academy of marketing science review*, 2006(464052), p. 1.
- Freisling, H., Haas, K. and Elmadfa, I. (2010) 'Mass media nutrition information sources and associations with fruit and vegetable consumption among adolescents', *Public Health Nutrition*, 13(2), pp. 269–275. doi: 10.1017/S1368980009991297.
- Govindasamy, R. and Italia, J. (1999) 'Evaluating Consumer Usage of Nutritional Labeling: The Influence of Socio-Economic Characteristics', *New Jersey Agricultural Experiment Station*, p. 24. Available at: <https://ideas.repec.org/p/ags/rutdps/36734.html>.
- Jauregui, C. and Ward, R. W. (2006) 'Do Consumers Really Use Food Labels?', *American Agricultural Economic Association*, pp. 1–16.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Masturoh, I. and Anggita, N. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi tahu. Edited by R. Y. Priyati, B. A. Darmanto, and N. Suwarno. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Maulida, A. Z. (2019) 'MEMBACA LABEL PANGAN PADA MAHASISWA GIZI UIN WALISONGO SEMARANG', *Skripsi*, p. 55.
- Nayga, R. M. (1999) 'Toward an understanding of consumers' perceptions of food labels', *International Food and Agribusiness Management Review*, 2(1), pp. 29–45. doi: 10.1016/s1096-7508(99)00011-7.
- Nayga, R. M. (2000) 'Nutrition knowledge, gender, and food label use', *Journal of Consumer Affairs*, 34(1), pp. 97–112. doi: 10.1016/s1096-7508(99)00011-7.

- 10.1111/j.1745-6606.2000.tb00086.x.
- Palupi, I. R., Naomi, N. D. and Susilo, J. (2017) 'Penggunaan Label Gizi dan Konsumsi Makanan Kemasan pada Anggota Persatuan Diabetisi Indonesia', *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat*, 11(1), pp. 1–8. doi: 10.12928/kesmas.v11i1.2065.
- Prathiraja, P. and Ariyawardana, A. (2003) 'Impact of Nutritional Labeling on Consumer Buying Behavior', *Sri Lankan Journal of Agricultural Economics*, 5(0), p. 35. doi: 10.4038/sjae.v5i0.3475.
- Tri Rahayu, S. (2016) 'HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG, KEMAMPUAN MEMBACA LABEL DAN KEBIASAAN MEMBACA LABEL INFORMASI GIZI PADA MAHASISWA FIKES UNIVERSITAS ESA UNGGUL'. doi: 10.1017/CBO9781107415324.004.
- Wahab, R. A. (2018) 'Food Label Use and Awareness of Nutritional Information Among Consumers in Bahrain: An Exploratory Study', *KnE Life Sciences*, 4(6), p. 26. doi: 10.18502/cls.v4i6.3088.
- Zahara, S. and Triyanti, T. (2009) 'Kepatuhan Membaca Label Informasi Zat Gizi di Kalangan Mahasiswa', *Kesmas: National Public Health Journal*, 4(2), p. 78. doi: 10.21109/kesmas.v4i2.191.